

Un mapa en el laberinto de los sueños

Durante el período en que Jung experimentó con su propia psique, poniendo los cimientos de lo que luego se ha denominado "técnica de la imaginación activa", descubrió que alguno de los dramas que se desarrollaban en su interior correspondían a motivos universales, presentes en la mitología de un buen número de culturas. En una de sus experiencias con la imaginación, "se le apareció" una mujer que se llamaba Salomé y un viejo llamado Elías; se preguntó por el motivo de la aparición de estos "personajes bíblicos", pero muy pronto se dio cuenta de que la pareja formada por un anciano al que acompaña una joven pertenecía al mundo de la mitología, como sucede en los casos de Simón el Mago y Elena, Klingsor y Kundry, o Laotsé y la bailarina.¹ Las diversas manifestaciones de lo arquetípico se encuentran entrelazadas con esos motivos universales que son los mitos (Elías-*sí-mismo*, Salomé-*anima*), siendo su expresión material lo simbólico y manifestándose por medio de un lenguaje analógico, como sucede con el hombre primitivo y con el material onírico. Podríamos decir que los dioses de nuestros ancestros siguen presentes en el pretendido hombre racional del siglo XXI, manejando, mediante hilos ocultos, buena parte de nuestras actitudes vitales.

A partir de estas experiencias, Jung elaboró un mapa que puede servirnos como marco de referencia para orientarnos en el oscuro y complejo mundo de la realidad del inconsciente y de su plasmación en el mundo de los sueños. Partiendo de la realidad de las figuras arquetípicas, el autor suizo estableció la existencia de los siguientes factores estructurales de la personalidad:

La Persona

El término latino *persona* remite a la máscara que llevaban los actores en los rituales del teatro clásico en el mundo antiguo. Jung emplea el término para referirse a las expresiones de energía arquetípica encaminadas a una adaptación de la realidad externa y a la colectividad.² Nuestras *personas* representan los papeles que desempeñamos en el teatro del mundo; son las máscaras que llevamos cuando nos relacionamos con nuestros semejantes. La *persona* también podría considerarse como el arquetipo de la adaptación social. En los sueños, puede manifestarse bajo el

¹ Jung, C.G., *Recuerdos, sueños y pensamientos*, Seix Barral, Barcelona, 1998.

² Jung, C.G., *Arquetipos e inconsciente colectivo*, Paidós, Barcelona, 1988.

aspecto de ropas, uniformes, máscaras y cualquiera de los emblemas externos que una sociedad determinada considera como propios.

Uno de mis pacientes tuvo el siguiente sueño:

“Me habían contratado como azafato en un programa televisivo, iba con poca ropa, enseñando mi pecho (más musculoso que en la realidad) y con prendas ajustadas. Me daba cuenta de que para una persona de mi cultura y posición era poco adecuado desempeñar este papel, pero me autojustificaba pensando que podía sacar mucho dinero”.

Interpretado literalmente, el sueño se encuentra muy alejado de la realidad del sujeto, que jamás se hubiera prestado a asumir ese papel, por mucho dinero que le hubieran ofrecido. Sin embargo, en el paciente se daba una fuerte identificación con su trabajo de abogado, en donde continuamente hacía ostentación de su poder y en el que su apariencia era de fuerza. Su imagen externa se había convertido en un elemento esencial de su desarrollo profesional. Esta circunstancia no hubiera sido negativa si no se hubiera vuelto demasiado unidireccional, como indicaba el sueño, cercenando las posibilidades de ser un hombre de mayor profundidad. Su excesiva identificación con su rol social (arquetipo de *la persona*) le había convertido en un hombre extremadamente extravertido y un tanto superficial.

Una mujer me trajo a la sesión el siguiente sueño:

“Estoy en una fábrica, hay gente trabajando y me doy cuenta de que estoy desnuda, siento vergüenza e intento esconderme”.

A diferencia del paciente anterior, la analizada tenía muchas dificultades a la hora de asumir determinados roles sociales relacionados con su trabajo, que implicaban mantener ciertas formas y pautas de comportamiento. Como si fuera una “eterna adolescente”, sus justificaciones se valían de expresiones como “no me va ese rollo” o “si me visto así, no soy yo”. El sueño indicaba que la paciente estaba “desnuda” frente a su actividad laboral, y que por tanto se encontraba en una cierta posición de fragilidad ante a la vida.

El arquetipo de la *persona*, como cualquier otro, requiere de un cierto reconocimiento por parte del sujeto, pero siempre sin dejarse poseer por él, lo que le daría un cariz petrificante y negativo.

La Sombra

Representa cualidades y atributos desconocidos o poco conocidos del yo, rechazados por éste por su incompatibilidad con la conciencia, aspectos que, en su mayoría, corresponden a la esfera personal (ámbito en el que cabría introducir las representaciones reprimidas del discurso freudiano), pero que, en alguna medida, también pueden abarcar factores colectivos, enraizados más allá de la vida personal del individuo.

Podemos decir, con Stevens, que la *sombra* posee cualidades opuestas a las que se manifiestan en la *persona*. Por consiguiente, estos dos aspectos de la personalidad se complementan y contrapesan mutuamente; la *sombra* compensa las pretensiones de la *persona*, y la *persona* compensa las inclinaciones antisociales de la *sombra*. Si se produce un desequilibrio entre ambos arquetipos, puede aparecer la personalidad superficial, que es "todo *persona*", con una preocupación excesiva por "lo que piense la gente", o, por el contrario, puede aparecer el individuo "criminal" o "psicópata", para el que la opinión pública no tiene ningún valor.

Cuando un individuo se esfuerza en ver su *sombra*, se da cuenta de que en él existen cualidades e impulsos cuya existencia niega, pero que detecta claramente en otras personas: pereza, envidia, negligencia, miedo, apetito descontrolado de dinero o de sexo, y un largo etc. Es particularmente en contacto con gente del mismo sexo cuando una persona bascula entre su propia *sombra* y la de los demás. Si vemos la *sombra* en una persona del sexo opuesto, generalmente nos sentimos menos molestos. De ahí que, en los sueños y en los mitos, la *sombra* aparezca como un individuo del mismo sexo que el soñante.

Uno de mis pacientes me trajo a la sesión el siguiente sueño:

“Sueño que soy como un gángster, al principio tengo una pistola de agua y creo que participo en algún tiroteo. Aparece como una demanda de adquirir un mayor arsenal. Creo que al final tengo una pistola distinta.”

El soñante, que había empezado a analizarse conmigo hacía relativamente poco tiempo, creía firmemente que era buena persona e incapaz de adoptar ningún comportamiento mafioso frente a sus congéneres. La realidad es que era una persona de ética intachable, pero no percibía que en sus relaciones laborales y personales estaba adoptando posturas de poder, quizá muy poco saludables por ser un tanto desproporcionadas. Lo que al principio era una “pistola de juguete”, podía ir transformándose en algo muy real.

Sin embargo, la dirección en la que se mueve el sueño nos podía aportar cosas muy interesantes, pues los ladrones, gánsteres y mafiosos saben donde está “la papa”, aunque la quieran utilizar de forma inadecuada. En el relato *El asno de oro* de Apuleyo, el protagonista es raptado por unos ladrones y, según la interpretación que hace la discípula y colaboradora de Jung, Marie-Louise Von Franz, el rapto era necesario como forma de ir desarrollando su masculinidad, aunque fuese de un modo muy rudimentario.³ Quizá la necesidad del protagonista de nuestro sueño de estar “mejor armado” podría leerse en ese sentido.

En algunos de mis sueños me he encontrado con *sombras* muy creativas:

“Estoy en la casa de mi infancia y juventud, he invitado a un cantautor famoso (Serrat) a dormir en ella, pero no hay suficiente espacio. Voy a dormir a la habitación de mi abuelo, para que él pueda dormir en mi cama, pero al final acaba yéndose”.

En la vida real, nunca podría plantearme cantar, pues mi tono es horroroso, pero sí podría inyectar más ánimo a mi creatividad e incluso cultivar algo más mis sentidos, pues, como buen intuitivo, a veces tengo problemas con la percepción⁴. En este sueño aparece esa *sombra* creativa, que quizá tenga que rescatar de la casa de mis padres (vestigios del eterno adolescente). El movimiento hacia la habitación de mi abuelo quizás sea positivo, en la medida en que dirigirse hacia el *senex* (viejo sabio), y, en el caso concreto de mi abuelo, hacia una persona que trabajó durante muchos años en una farmacia y por tanto era (por su capacidad de elaborar medicamentos en el laboratorio) un buen “alquimista”, constituye un intento de alcanzar mayor madurez.

El Anima

³ Von Franz, M.L., *L'âne d'or*, La Fontaine de Pierre, Paris, 1997.

⁴ Jung (1921) llegó a la conclusión de que, en el curso de su desarrollo, los individuos adoptan diferentes actitudes que determinan su forma de experimentar la vida, y que dichas actitudes están predeterminadas por una disposición consciente dominante. Los sujetos se dividen en dos tipologías: aquellos cuyo interés dominante se dirige a los objetos (tipo extravertido), y aquellos cuyo interés pasa del objeto al sujeto y su psicología (tipo introvertido). Esa tipología, combinada con el predominio en el sujeto de una de las cuatro funciones de orientación básicas del yo (pensamiento, sentimiento, percepción e intuición), da lugar a ocho tipos funcionales (cuatro introvertidos y cuatro extravertidos), lo que explica las grandes diferencias existentes entre sujetos introvertidos y sujetos extravertidos. El predominio del pensamiento inclina al sujeto a preguntarse por el significado de lo que existe; el de la percepción lleva a la pura constatación de lo que existe; el del sentimiento, a poner por encima el valor de lo que existe que su esencia conceptual; y el de la intuición, a guiarse por el “de dónde” y el “hacia dónde” de los hechos inmediatos.

Personificación de todas las tendencias psicológicas femeninas en la psique del varón⁵, como vagos sentimientos y estados de humor, sospechas proféticas, captación de lo irracional, capacidad para el amor personal, sensibilidad para la naturaleza y, de una forma especial, como ya se ha dicho, la relación con el inconsciente. No es casual que en los tiempos antiguos se emplearan sacerdotisas (como la sibila griega) para interpretar la voluntad divina y para entrar en contacto con los dioses. En su manifestación individual, el carácter del *anima* de un hombre, por regla general, adopta la forma de la madre. Por otra parte, entre los chamanes de un buen número de culturas, el carácter sexualmente contradictorio del *anima* se manifiesta en el hecho de que éstos se vistan con ropas de mujer o se pinten pechos femeninos.

Como apunta Marie-Louise Von Franz, Jung observó cuatro etapas en su desarrollo.⁶ La figura de Eva es la mejor simbolización de la primera etapa, la cual representa relaciones puramente instintivas y biológicas. La segunda puede verse en la Helena de Fausto, representando un nivel romántico y estético, pero aún caracterizado por elementos sexuales. La tercera está representada, por ejemplo, por la Virgen María, una figura que eleva el amor a las alturas de devoción espiritual. El cuarto tipo lo simboliza Sophia, la sabiduría que lo trasciende todo.

Uno de los aspectos que Jung descubrió como fundamentales en este arquetipo es el de su papel de mediador entre el yo y el inconsciente, mediación que aparecería reflejada en los sueños y en la imaginación, en donde el *anima* siempre es personificada como una mujer.⁷

Uno de mis analizados tuvo el siguiente sueño:

“He matado a una mujer y la he escondido en el bordillo de mi ventana, ventana que está enrejada y por la que me ha costado mucho meter a la muerta. Tengo miedo de que me pillen”.

El sujeto estaba empezando a mantener una relación estable y profunda con una mujer, pero esporádicamente necesitaba seguir “picoteando con otras chicas”. El último encuentro con una de sus amantes acabó con una sensación de depresión por parte del paciente. Posiblemente el sueño le indicaba que estaba reprimiendo (matando) el amor por su pareja, con su temor al compromiso (inducido por un importante complejo materno) y su tendencia a

⁵ Jung, C. G., *Las relaciones entre el yo y el inconsciente*, Paidós, Barcelona, 1990.

⁶ En Jung, C. G., *El hombre y sus símbolos*, Paidós, Barcelona, 1981.

⁷ *Ibid.*

huir, relacionándose de forma compulsiva con otras mujeres. El *anima*, entendida como capacidad para amar maduramente, estaba siendo asesinada; el soñante estaba reprimiendo su sentimiento.

No hace mucho tiempo, tuve el siguiente sueño, por otra parte muy vívido:

“Iba a ser padre y la mujer que iba a parir a mi hijo no quería casarse conmigo. Esa decisión me hacía tener una sensación rara y me obligaba a plantearme cómo iba a organizar mi vida. De repente me doy cuenta de que la mujer es otra, también una conocida mía, y me descubro hablando con un médico de la psicosis de esa otra mujer. El niño se ha perdido”.

En mis asociaciones, las dos mujeres tenían en común el hecho de estar solas, decisión justificada pretendidamente en base a su discurso feminista, pero ambas habían sufrido separaciones traumáticas. En este sueño, mi *anima* pretende asumir la responsabilidad del futuro que implica el nacimiento de un niño, sin mi participación. Al final, la gestación se trunca.

¿En qué medida el hecho de que el *anima* quiera ser la única progenitora se corresponde con la falta de diálogo de mi impronta emocional con mi *yo*? ¿En qué facetas de mi vida tengo que confrontarme con esa *anima* excluyente para que realmente se pueda llevar a cabo la gestación y parir algo nuevo? A partir de esa pregunta, es posible materializar el discurso del inconsciente sin que se convierta en una pura abstracción.

El Animus

Personificación de todas las tendencias psicológicas masculinas en la psique de la mujer.⁸ Toma por regla general la forma de convicción “sagrada”, oculta. Cuando tal convicción es predicada con voz fuerte, insistente o impuesta a otros por escenas de intensa emotividad, nos encontramos en presencia del *animus*.

Al igual que el carácter del *anima* en el varón está moldeado por la figura de su madre, el *animus* está básicamente influido en la mujer por la figura de su padre. El padre dota al *animus* de la hija esencialmente de convicciones indiscutibles, irrecusablemente verdaderas, que jamás incluyen la realidad personal de la propia mujer tal y como ella es realmente. Este compañero interior puede dotar de cualidades como iniciativa, arrojo, objetividad y sabiduría espiritual.

⁸Jung, C. G., *Las relaciones entre el yo y el inconsciente*, Paidós, Barcelona, 1990.

Marie-Louise Von Franz apunta que el *animus*, al igual que el *anima*, muestra cuatro etapas de desarrollo.⁹ En la primera aparece como la mera personificación del poder físico, representada en la figura del atleta. En la segunda, posee iniciativa y capacidad para planear la acción. En la tercera, se transforma en la palabra, apareciendo con frecuencia como profesor o sacerdote. Finalmente, en su cuarta manifestación, el *animus* es la encarnación del significado.

Jung desarrolla esta personificación de lo masculino en el inconsciente de la mujer de manera mucho menos pormenorizada que en el caso del *anima*, como personificación de lo inconsciente femenino en el hombre; y aunque las concepciones teóricas del autor suizo se nutren de abundante material empírico, es un hecho que su encuentro con el inconsciente fue el encuentro con su *anima*. Autoras post jungianas como M. L. Von Franz¹⁰ o neo jungianas como C. Zweig¹¹ y P. J. Eisendrath¹² han ido ampliando las concepciones analíticas de primera hora acerca de este arquetipo en la psique femenina.

Una paciente relató al principio de su análisis el siguiente sueño:

“Estoy conduciendo mi coche y paso por un túnel en el que he visto que hay un accidente. Varios coches han chocado y posiblemente haya algún muerto. Aparece un policía que me echa en cara lo imprudente que he sido por circular por allí. Yo le recrimino que me riña en vez de estar atendiendo a los heridos”.

La joven sentía una angustia que le bloqueaba ante el conflicto que implica cualquier posible confrontación. Se culpabilizaba continuamente por hacer las cosas mal y por ser incapaz de dar la talla. Vemos que en el sueño un policía le recrimina su conducta, figura que la paciente asocia con su padre y su tío, personas que ella vive como muy autoritarias. Vemos que su *animus* está prefigurado por un complejo paterno que le culpabiliza (*Superyó* freudiano), en vez de proporcionarle ayuda ante los accidentes de la vida. Un aspecto interesante del sueño es que la analizada muestra una capacidad de confrontación y cuestionamiento que puede facilitar el hecho de que llegue a objetivizar y a confrontarse con su complejo.

⁹ En Jung, C. G., *El hombre y sus símbolos*, Paidós, Barcelona, 1981.

¹⁰ *Ibid.*

¹¹ Zweig, C., “Lo femenino consciente: nacimiento de un nuevo arquetipo”, en *Los espejos del yo*, Kairós, Barcelona, 1993.

¹² Eisendrath, P. Y., *Introducción a Jung-Género y contrasexualidad*, Cambridge, Madrid, 1999.

Una mujer que llevaba un cierto tiempo en análisis me trajo el siguiente sueño:

“Le abro la boca (yo, el analista), le pinto una líneas rojas en los labios y le tapo su boca con la mía”.

En las asociaciones que realizó la analizada sobre mí apareció la acusación de que yo no escuchaba lo suficiente y siempre tenía la última palabra. Una de las posibles interpretaciones podría relacionarse con el hecho objetivo de que quizá yo no le hubiera escuchado con la atención que ella consideraba necesaria, centrándome de forma demasiado rigurosa en el análisis de determinadas resistencias masoquistas. Yo le estaba tapando la boca y eso le impedía hablar (en el relato onírico no se habla en ningún momento de beso). La imagen onírica estaba describiendo algo que se estaba fraguando en el orden de la transferencia (en este sentido, además, quizás también cabría detectar deseos de la paciente expresados en la presencia fálica del lápiz en la boca). Pero el sueño también podría interpretarse como una emergencia de la figura de un tozudo *animus* que escribe con la intensidad del rojo y cierra sus oídos ante argumentos que pudieran cuestionar su talante. Esta obstinación se expresaba en la tendencia de la paciente a justificar sus actitudes, aunque estas fueran sumamente ingenuas.

El Sí-Mismo (Selbst)

Representa el núcleo más íntimo de la psique, es el órgano psíquico de adaptación por excelencia.¹³ El *sí-mismo* es el encargado de organizar la vida en cada una de las fases del ciclo vital y de efectuar el mejor ajuste que las circunstancias concretas permitan. El *sí-mismo* tiene una función teleológica, por cuanto posee la característica innata de buscar su propia realización en la vida. Jung llamó “individuación” a este proceso que se prolonga durante toda la vida. La individuación es la razón de ser del *sí-mismo*; su propósito intrínseco es alcanzar la autorrealización más completa en la psique y en el mundo.

En casi todas las culturas la fenomenología del *sí-mismo* se identifica con Dios o con el panteón de los dioses.¹⁴ En los sueños de las mujeres, este centro unificador de todos los polos de la personalidad se encuentra generalmente personificado como figura femenina superior: sacerdotisa, hechicera, madre tierra o diosa de

¹³ Jung, C.G., *Arquetipos e inconsciente colectivo*, Paidós, Barcelona, 1988.

¹⁴ Stevens, *op. cit.*

la naturaleza o del amor. En el caso del hombre, se manifiesta como iniciador y guardián, anciano sabio, espíritu de la naturaleza, etc. Otras representaciones del *sí-mismo* puede ser la del número 4 o la de figuras geométricas como la circunferencia, analogías de lo completo, lo organizado, el equilibrio, el alma y lo divino para diversas tradiciones herméticas y espirituales.

Una de mis pacientes, en un momento de estancamiento del proceso terapéutico, tuvo el siguiente sueño:

“Estaba en la capilla de mi pueblo, ante la imagen de la Virgen Maria y con un cantante que es muy conocido en mi tierra. En el sueño me acordaba de que en mi juventud cantaba en un coro. Contemplo la imagen de la Virgen y me embarga un sentimiento fuerte, me despierto con ganas de llorar.”

En su juventud, la analizada había participado en un coro que cantaba en las misas, un hecho que recuerda como algo gratificante y que le hacía sentirse bien. Además, la paciente recordó en terapia que aprovechaba los ensayos para alargar las reuniones y poder llegar más tarde a casa. Esta mujer, que en su vida real no participa de ninguna creencia religiosa y de la que incluso se podría decir que profesa un cierto agnosticismo, en el sueño se encuentra frente a una Diosa, aunque bajo la forma de una estatua (acuérdesse el lector de que lo mismo les ocurría a muchos incubadores de sueños en la antigüedad con la presencia del dios Asclepio, como dijimos en el Capítulo II). No es extraño que la presencia de la diosa impregnara a la soñante de la función del sentimiento: en muchos pueblos, el culto a la Virgen se expresa mediante un sentimiento devocional de gran intensidad, como quedó de manifiesto en las asociaciones de la paciente. Por su parte, la presencia del cantante, el *animus* creativo, es un aspecto fundamental con el que la paciente debe relacionarse (aunque su instinto creativo se vincule mucho más con la escritura) para poder desarrollar su creatividad en armonía con su sentimiento.

Durante cierto tiempo, los sentimientos de la analizada habían girado alrededor de determinados problemas familiares que se expresaban en continuas disputas con su pareja. La asociación “ensayo con el coro-salir de casa” (un hogar por otra parte marcado por los continuos problemas entre sus padres) se vincula directamente con la necesidad de sacar el sentimiento de casa y desarrollarlo mediante la creatividad. La diosa que aparece en el sueño muestra a la soñante el sentimiento que es capaz de desarrollar y la necesidad de concretarlo mediante alguna actividad.

En un momento de mi análisis didáctico, tuve el siguiente sueño:

“Voy con mi madre en el coche, conduzco yo. Llegamos a un pueblo en donde hay unas fiestas patronales y el tráfico está interrumpido. Se acerca un viejo del lugar que me aconseja que deje el coche a un lado y vea y disfrute la fiesta popular”.

Como en muchas otras etapas de mi vida, en aquel periodo iba con mi “complejo materno” a cuestas y no paraba de realizar actividades demasiado extravertidas. Probablemente el “viejo sabio” del sueño me aconsejara bien: debía observar y disfrutar algunas manifestaciones de mi cultura, de las cuales, probablemente, se podía seguir aprendiendo el lenguaje de lo simbólico.

Tanto en el sueño de mi analizada como en el mío, vemos como el *sí-mismo*, en cuanto principio regulador, aparece representado como figura, aunque con rostros distintos. Me interesa señalar que también puede aparecer como cosa. En 1958, Jung escribió un libro titulado *Un mito moderno: Sobre cosas que se ven en el cielo*, donde teoriza acerca del fenómeno Ovni. Según el autor, las visualizaciones de los ovnis se referirían a fenómenos de proyección de masas, en los que los sujetos visualizarían unas naves que, por su forma circular, representarían la proyección del arquetipo. El *rotundum* (lo redondo) ha desempeñado un papel importante en todas las épocas como imagen del alma y de Dios mismo. El filósofo escolástico Matthias Baumgartner (1864-1920) recoge y hace también suya la antigua afirmación “Deus est circulus cuius centrum est ubique, cuius circumferentia vero nusquam” (“Dios es un círculo cuyo centro está en todas partes, pero cuya circunferencia no se encuentra en parte alguna”). Esta suerte de mandálas aparecidos en los cielos cumpliría la misma función que si apareciera en un sueño: crear orden, sanar, salvar e integrar. En momentos de cambios y crisis sociales importantes, no sería extraño que se produjeran oleadas de visualizaciones de objetos volantes, como a nivel individual podrían aparecer en los sueños.

Un paciente con problemas de adicción a determinadas sustancias tóxicas soñó lo siguiente:

“Estoy en el campo, en compañía de un amigo. Aparece un escorpión que está a punto de picarle, pero mi amigo lo esquiva. Aparece una aeronave circular, creo que es un Ovni, es muy grande y emite luz. Me siento impresionado y le digo a mi padre que hoy es un día histórico”.

La aparición del Ovni en el sueño coincidía con un momento en el que las drogas empezaban a perder poder en la vida del sujeto, lo que le generaba una sensación de inestabilidad y crisis. Las sustancias otorgaban a este hombre una suerte de sentimiento que daba sentido a una existencia muy gris, donde era imposible gozar de la sensación de la más modesta plenitud. Las asociaciones del soñante con respecto a su amigo nos hacen pensar en una *sombra*: pese a que puede tener un buen desarrollo profesional y artístico, se ve envuelto en un hedonismo excluyente que le incapacita para responsabilizarse de las tareas que implican un cierto esfuerzo. El escorpión, en las asociaciones de nuestro sujeto, es un animal peligroso, capaz de causar mucho dolor a quien es presa de su picadura. Quizá el instinto necesite inyectar su veneno para que se produzca una reacción en el, que se ve atrapado por una *sombra* que le incapacita para la responsabilidad y el sacrificio. Sobre la presencia del padre en el sueño, hay que aclarar que se trata de un paciente en el que el complejo paterno se da en sus dos vertientes: la negativa (el padre del analizado es un hombre terriblemente rígido, que ha justificado su padecimiento masoquista aferrándose a una creencia religiosa con tintes fundamentalistas) y la positiva (la capacidad de llevar una vida ordenada, donde la voluntad tiene un cierto peso), siendo esta última fundamental para el desarrollo del sujeto. Por último, la estructura circular que el soñante define como un Ovni, representaría la función arquetípica del *sí-mismo*, cumpliendo la función de favorecer un cambio anímico que corresponda con la nueva necesidad de reordenar la vida del soñante y alcanzar un nuevo equilibrio. Recordemos lo que dijimos al principio de este epígrafe: la función del *sí-mismo* consiste en favorecer una orientación directa en el camino hacia la individuación. De ahí que quepa identificar al *sí-mismo* con lo que las tradiciones espirituales consideran el centro divino, del que irradia el orden y la organización.

La influencia de este concepto en el desarrollo de la escuela psicoanalítica denominada “psicología del *Self*” resulta clara. Su máximo representante, Heinz Kohut (1923-1981), define el *Self* como el núcleo de la personalidad, un centro que empuja al sujeto hacia la realización de su programa específico de acción.

Claves de la interpretación analítica

Marie-Louise Von Franz señala que las pautas de la psicología analítica para la interpretación de los sueños resultan

paradójicas.¹⁵ A veces podemos sentirnos perseguidos en un sueño por poderes destructivos que debemos evitar, pero en muchas ocasiones la huida indica el temor a la confrontación con aspectos del inconsciente que es necesario integrar. Una figura puede tener sentidos diversos e igualmente válidos, aunque el contexto genérico del sueño y la situación consciente del soñante nos deben indicar la dirección de la interpretación. Pero la prevalencia de una dirección no implica que anulemos la posibilidad de la otra, e incluso que aceptemos que nos podemos haber equivocado. Si retomamos el último sueño que hemos analizado, la dirección de la interpretación veía en la presencia del escorpión la necesidad del paciente de “sufrir su picadura”, que no es ni más ni menos que la presencia dolorosa del instinto que pone en jaque a su *sombra*. Pero ¿en qué medida no cabría hablar de la carga destructiva inconsciente del soñante que aparece en forma de escorpión? Al final y al cabo, se trata de un animal objetivamente peligroso, que se presenta de forma súbita y causa un importante mal a quien padece su picadura. De ahí que siempre sea necesario apoyarse en las asociaciones y la situación consciente del analizado para dirigir la intervención analítica.

Hace algunos años, tuve el siguiente sueño:

“Estaba cerca de unos sujetos indeseables; con sólo traspasar una puerta, me los encontraría frente a frente. Me hago muy pequeño, imperceptible a sus ojos, y me sitúo cerca de ellos”.

En abstracto, el sueño podría interpretarse fácilmente como una forma de escapar a mi *sombra*, en cuanto evito la confrontación con “los sujetos indeseables”. Sin embargo, a partir de mis circunstancias personales, cabe contemplar un sentido distinto pero muy plausible, y preguntarse en qué medida he estado guerreando durante mucho tiempo con aspectos míos de forma demasiado frontal. ¿No podría ser interesante que dejara de implicarme tan directamente en ciertos asuntos y me volviera invisible? Quizá debería desaparecer un poco, mirar con distancia los problemas, pero sin pelearme con ellos. Visto desde esta óptica, se trataría de un típico sueño de compensación directa.

Un modo de observación del soñar

¹⁵ Boa, F., *El camino de los sueños: Conversaciones con M.L. Von Franz*, Cuatro Vientos, Santiago de Chile, 1997.

Uno de los elementos clave para la interpretación en psicología analítica es el hecho de que las imágenes oníricas cumplen una función finalista, es decir, orientan al soñante en una dirección. El psicoanálisis, por contraposición, partiría de una perspectiva causal, en donde el sueño está condicionado históricamente y en la que la reproducción del deseo insatisfecho es uno de los núcleos esenciales que condicionan su significado.

Como apuntamos en el Capítulo III, algunos psicoanalistas como Ángel Garma han ampliado la concepción freudiana de la teoría del deseo aplicada al significado del soñar, pero manteniendo intacta su teoría sexual y su anclaje en la infancia. El hecho de que en la alucinación onírica haya un intento ficticio de resolver una situación conflictiva no confiere a la psique un papel orientador, sino más bien un rol similar al que desempeña el síntoma como mediador entre el deseo y la resistencia. En definitiva, se trataría únicamente de un intento de resolución que facilitaría una salida de compromiso, pero que en ningún momento conferiría una clave para reorientar el conflicto.

El modo de observación finalista propondría una forma distinta de trabajar con los materiales, a partir de la asociación con las imágenes oníricas. A diferencia de la pregunta del psicoanalista (“¿por qué este sueño?”), el analista se plantea: “¿para qué sirve?”, o “¿qué trata de conseguir?” Perspectiva finalista que, aclaremos, no excluye la causal, sino que más bien la integra, posibilitando que en la interpretación pueda haber diversos planos.

Uno de mis analizados me trajo el siguiente sueño:

“Estoy con mi sobrino y en un momento dado éste cae desde una altura considerable. Probablemente haya fallecido. La madre del niño se niega a aceptar la muerte de su hijo”.

El soñante vio estas imágenes en un momento del análisis en el que estaba tomando conciencia de su complejo materno y de sus dificultades a la hora de dejar morir a ese niño interior que habitaba en él para poder seguir su proceso de maduración. El sueño apuesta por la caída, por la necesidad de aterrizar, en definitiva, de asumir la frustración de que no siempre uno se sale con la suya (las asociaciones sobre el sobrino versaban en torno a la incapacidad para aceptar la derrota cuando jugaba con otros niños). El sujeto, en definitiva, tenía que permitirse caer y aceptar que la posición depresiva podía ayudarlo a crecer. El sueño daba una cierta orientación y por lo tanto cumplía una cierta finalidad.

Esto no excluye que cada sujeto tenga su historia personal y que la fijación a la figura del puer aeternus (niño eterno) venga

determinada por esa historia. Pero la interpretación analítica va más allá y ve en las imágenes oníricas la posibilidad de construir un sentido que oriente al sujeto en su actividad.

Antes de que Jung pusiera los cimientos de la psicología analítica, Alfred Adler (1870-1937), padre de la psicología individual, ya había planteado que la actividad de la psique se dirigía a un fin, cumpliendo una función compensadora, pero ese fin era muy distinto a lo que posteriormente el autor suizo denominó "individuación".¹⁶ Adler vinculó ese fin a un único complejo como núcleo de su teoría, el complejo de poder, de manera análoga al papel que desempeña el Edipo en la teoría freudiana. La psique tendería a poner en evidencia todo lo vinculado al sentimiento de inferioridad como fenómeno universal y natural del ser humano. La interpretación adleriana de los sueños gira en torno a aquellas tendencias que hundan al que sueña en un sentimiento de inferioridad que le resulta insoportable. El simbolismo del sueño apunta a que las metas personales no son reales, pues están hinchadas por el complejo de poder. Para la psicología individual, los sueños de caídas, como el que he descrito anteriormente, hacen referencia al temor del sujeto a perder su posición, y, por tanto, a perder su poder. Por su parte, la psicología analítica, lejos de desatender el complejo de poder, lo convierte, mediante el arquetipo de la *sombra*, en uno de sus elementos más importantes, pero manteniéndolo en un plano de igualdad respecto de los complejos sexuales y las diversas realidades arquetípicas. De nuevo, me interesa destacar que el planteamiento analítico junguiano, desde mi punto de vista, goza de la inmensa virtud de incluir e integrar determinadas visiones psicodinámicas que se centran en aspectos parciales de la realidad psíquica.

Los planteamientos existencialistas, como el de Medard Boss¹⁷ (1903-1990), dan una importancia extrema al momento vital en el que se encuentra el soñante, En esto cabría ver un punto de convergencia con la psicología analítica, en la que la situación consciente del sujeto resulta fundamental para analizar el sentido del sueño, pues es la que constela la realidad del inconsciente. Ahora bien, frente a la simplificación del simbolismo del mundo onírico por parte de la psicología existencialista, que interpreta el sueño como un mero reflejo de una determinada forma de estar en el mundo o de ciertos problemas existenciales, desechando la posibilidad de que aporte claves de orientación o revela parcelas a

¹⁶ Adler, A., *El carácter neurótico*. Paidós, Barcelona, 1984

¹⁷ Boss, M., *Der Traum und seine Auslegung*, Verlag Kindler, Munich, 1975.

integrar, la psicología junguiana considera, como hemos dicho repetidas veces, que el inconsciente tiene un papel compensador, es decir, que no es un mero reflejo de la posición existencial del sujeto.

Por otro lado, la teoría de la Gestalt vería también el sueño como un mensaje existencial acerca de lo que nos falta en nuestras vidas, pero su fundador, Fritz Perls (1893-1970), dotaría a este mensaje de una mayor complejidad de la que aportan los planteamientos existencialistas al hablar de la posibilidad de recuperación de partes alienadas de nuestra personalidad al trabajar con el sueño. Para ello, la Gestalt juega con las imágenes oníricas invitando al sujeto a que se deje penetrar, se convierta y se identifique con ellas, recuperando así las partes escindidas de su universo personal. Autores importantes como Hillman¹⁸ dicen al respecto que esta forma de trabajar con lo onírico no deja de ser una manera de inflar el *yo*, en la medida en que éste engorda a expensas de los personajes del sueño que engulle. Por mi parte, pienso que la psicología existencial y la teoría de la Gestalt, e incluso la psicología adleriana, aportan reflexiones interesantes que es necesario tener en cuenta a la hora de trabajar con la complejidad de los sueños, pero creo también que en la práctica clínica no resultan especialmente productivas.

En resumen, podemos encontrar tres posiciones frente al fenómeno del soñar, en base a la función que se otorgue a los materiales oníricos:

- a) Función causal (psicoanálisis). El sueño como actualización de la dinámica del inconsciente que está anclada en la represión y por tanto en la historia del sujeto.
- b) Función de reproducción existencial (psicología existencial y psicología individual, aunque en esta última existen aspectos finalistas). El sueño del sujeto reproduce su problemática existencial actual, indica su estar en el mundo.
- c) Función finalista (psicología analítica junguiana). El sueño tiene una intención, compensar la unidireccionalidad de la conciencia, favoreciendo el camino hacia la individuación, en la que la integración de los contrarios se convierte en un elemento fundamental. También podríamos introducir una variante de esta visión, la que mantiene la psicología arquetipal, para la que la finalidad del sueño radica en la necesidad de nuestra psique de alimentarse de imágenes arquetípicas.

¹⁸ Hillman, J., *El sueño y el inframundo*, Paidós, Barcelona, 2004.

Para concluir este apartado, me gustaría insistir en que la psicología analítica, lejos de desentenderse de las causas de los sueños y de los problemas existenciales del paciente, integra estas perspectivas y las enriquece con la idea de que los sueños son orientaciones del inconsciente, brindando la posibilidad de que éste nos facilite soluciones creativas ante las crisis vitales.

Compensación, prospección, reducción

Más arriba ya se ha dicho que la perspectiva de la analogía junguiana sobre la función de lo onírico es eminentemente finalista. En este apartado quisiera volver sobre el aspecto básico de ese finalismo, la función de compensación, introduciendo además otras dos funciones complementarias que hasta ahora no se han tocado: la prospectiva y la reductiva.

Como ya hemos comentado en múltiples ocasiones, desde la perspectiva de la psicología analítica el sueño tienen como función básica la compensación, en el sentido de autorregulación del organismo psíquico. El inconsciente, por mediación de las imágenes oníricas, contribuye a enderezar determinadas actitudes de la conciencia que por su rigidez y unidireccionalidad se han vuelto perniciosas para el desarrollo del sujeto. Aunque a veces la compensación puede ser directa (por ejemplo, el sueño en donde empequeñezco), lo usual es que, a través de determinados personajes y de sus respectivos dramas, los sueños nos ofrezcan la posibilidad de diseñar un mapa que nos sirva de orientación en nuestra actividad consciente, integrando parte de ese mundo interno y propiciando cambios en nuestra conducta.

Como ejemplo de sueño de compensación, me gustaría analizar el siguiente material, propuesto por una de mis pacientes:

*“Estoy en el desierto, ante construcciones de barro, huyendo porque tengo algo que ellos quieren (se trata de un grupo de gente indiferenciada). Llego a otra edificación donde hay celdas, como si se tratara de un monasterio. En esta construcción hay un monje. Aparecen unas manos y lo estrangulan. Una voz me dice *lo increíble es creíble y lo creíble es increíble*”.*

En la sesión, la mujer asoció al monje con un sujeto espiritual e introvertido, cuya actitud austera propiciaba la entrada en contacto consigo mismo. El desierto también se asociaba con un lugar de meditación. En la situación consciente de la analizada existía una gran preocupación por lo que a ella se le aparecía como su

desarrollo espiritual: por una parte, había descubierto su facilidad para utilizar la imaginación como instrumento con el que trabajarse a nivel interno, pero por otra el recurso a esa herramienta le producía un cierto temor a perder el control y la seguridad, lo cual le hacía evitarla. Por contraposición, en la terapia caía en una posición exageradamente productiva, en donde lo importante era que yo le analizara el mayor número de sueños. Era evidente que con su talante estaba estrangulando el trabajo espiritual e impidiendo que lo invisible (la dinámica del inconsciente) se hiciera creíble, al mismo tiempo que seguía con su actitud extravertida, que le impedía escapar de lo ordinario. En este caso, el sentimiento de miedo no era un mecanismo saludable que le permitía protegerse de un derrumbamiento de su personalidad, sino un temor infantil ante la posesión de su complejo materno (necesidad de seguridad y protección). En definitiva, el sueño, con el motivo central del estrangulamiento, señalaba a la paciente que tenía ante sí una serie de posibilidades vitales que estaba reprimiendo. Escuchar el mensaje del inconsciente implicaba en este caso modificar su actitud represiva, realizar un esfuerzo de introversión y profundizar en su práctica meditativa mediante la imaginación. En este sentido el sueño, con sus imágenes, compensaba la actitud consciente de la soñante.

Tras el análisis de este sueño de compensación, me gustaría dar un paso más en mi estudio de las funciones del inconsciente para hablar de una muy importante pero que hasta ahora no hemos tocado: la prospección. Jung definía la función prospectiva como la posibilidad de anticipación en lo inconsciente de futuras acciones conscientes, es decir, una especie de ejercicio preparatorio o anteproyecto.¹⁹ Se trata de una combinación anticipada de probabilidades que puede coincidir con el curso real de los acontecimientos, aunque no tenga por qué hacerlo en todos sus detalles. El sueño podría proponer actividades específicas para facilitar la salida de determinados conflictos. El autor suizo nos previene ante una posible sobrevaloración de esta función que nos lleve a pensar que los sueños son “conductores de almas” capaces de proporcionarnos instrucciones infalibles para dirigir nuestra vida.

Otra de mis pacientes tuvo un sueño que me parece un excelente ejemplo de la función prospectiva del material onírico:

“Estoy dando un masaje a una persona. Voy al baño y no paro de sangrar. Vuelvo y veo mi madre que me dice que no me puedo ir

¹⁹ Jung, C.G., *Energética psíquica y esencia del sueño*, Paidós, Barcelona, 1995.

de allí y dejar a la persona. Estoy enferma, la persona se marcha y el cuarto se convierte en una iglesia.”

La analizada, en su realidad cotidiana, se veía “desangrada” en la medida en que no paraba de darse a los demás, como había hecho su madre con su familia. La identificación con el complejo materno hacía que la paciente se quedara sin vitalidad. Ante esta situación, el sueño propone una solución: la transformación de la sala de masajes en una iglesia. Lo que podemos traducir como la renuncia a una actitud extravertida, donde la ayuda y la relación con los demás se convierten en “una pérdida continua de sangre”, y la adopción de una actitud mucho más recogida, donde el cuarto se convierte en un espacio de introversión y búsqueda interna.

Como último punto de este breve repaso a las funciones de la producción onírica, me referiré a la reductora. Esta función se encuentra vinculada al trasfondo personal del individuo, y en ella los deseos sexuales reprimidos, incluidos los infantiles (marco de referencia del psicoanálisis), y los complejos vinculados al poder (marco de referencia de la psicología individual) adquieren un protagonismo relevante. Un joven analizado tuvo el siguiente sueño:

“Estoy en presencia de una mujer muy guapa, aunque mayor. Creo que es una actriz conocida. Siento deseos de mantener relaciones sexuales con ella”.

El paciente, que ya había cumplido los 18 años, se había atrincherado en su habitación, siendo su única distracción los juegos con el ordenador, con los que consumía buena parte de su tiempo. No tenía conciencia de sentir deseos de cierta pregnancia de mantener relaciones sexuales, y ni siquiera existían fantasías que acompañaran a prácticas masturbatorias. Su posición frente al mundo era de un infantilismo muy intenso, con grandes dificultades para la extraversión. En el sueño, resulta claro que su inconsciente ponía en evidencia determinados deseos, cargados por otra parte de una carga edípica, que su conciencia no llegaba a aceptar.

En resumen, podemos decir que para la psicología analítica la función primordial del sueño es la de la compensación, que permite a la conciencia corregir su dirección en vías de la individuación. Esta función puede ir acompañada de otras, como la prospección, que facilita determinadas claves para que esa corrección pueda ser directa, aunque sin excluir la aparición de sueños ligados al mundo instintivo y personal, ante los que cabe hablar de una función reductora.

El lenguaje del sueño

Como hemos indicado más arriba, el sueño se expresa mediante un lenguaje metafórico y alegórico, similar al de algunas lenguas primitivas, más que en un lenguaje censurado, como sostiene el psicoanálisis. El sueño se expresa en el lenguaje que le es propio; el problema radica en nuestro desconocimiento de esa lengua.

El simbolismo del sueño abarca dos de los principios fundamentales que el psicoanálisis adscribe al proceso primario: la condensación y el desplazamiento. No se trataría tanto de fórmulas que enmascararían el contenido latente del sueño como de características propias del símbolo. En el símbolo transitan diferentes facetas, estados y contenidos con una tasa importante de significación para el sujeto; por ejemplo, en el símbolo del mar revuelto y de la posibilidad de inundaciones, cabe leer una situación emocional del sujeto que por su virulencia puede llegar a ser desbordante. También es propio del lenguaje onírico incluir diversas representaciones en un mismo símbolo, pues éste, por sus características, tiende a englobarlas. De ahí la posibilidad de coexistencia de significaciones contradictorias (la serpiente como símbolo del complejo materno o como símbolo de renovación).

Al poco tiempo de iniciar mi análisis , tuve el siguiente sueño:

“Estaba en una casa desconocida y dos serpientes se enroscaban cada una en uno de mis tobillos. Creo que me mordían, pero no me causaban un gran mal”.

La mordedura de la serpiente me transmitía el veneno sanador de lo instintivo. Para una persona como yo, muy intelectualizada y con tendencia a irse por las nubes, bajar al mundo terrenal resultaba fundamental. Las serpientes se habían colocado en el lugar donde Hermes tenía sus alitas, alitas que le impulsaban a viajar entre el mundo de los dioses y el de los hombres, configurándose en intermediario y mensajero. Esta visión coincide con el concepto gnóstico de la serpiente, que la convierte en el estímulo que induce a Adán a entrar en el camino del conocimiento (la gnosis) y por tanto se convierte en un símbolo de redención (una de las sectas gnósticas se bautizó con el nombre de “ofitas”, como derivación del culto a las serpientes).

Cuán distinto es sin embargo este otro sueño, que tuve en un momento vital muy diferente:

“Estoy corriendo por el pasillo de la que fue la casa de mi infancia y adolescencia. Una serpiente sumamente gruesa me persigue. Aviso a mi madre para que la golpee. Ella no tiene miedo, pero permanece inmóvil. Corro hacia una sala y me subo a una mesa”

Este sueño se produjo en un momento de mi vida en el que estaba elaborando una pérdida afectiva. En él veo el peligro de ser devorado por el complejo materno, que me dé cobijo, tranquilidad, confirme mi autoestima y me permita escapar del sufrimiento. Se trata de una situación en la que no es difícil perder la iniciativa y dejarse arrastrar por la necesidad de parapetarse (en este caso, en la figura materna), sin aceptar una verdad fundamental: que cierta dosis de sufrimiento es consustancial a la vida misma. En este sueño, el arquetipo mitológico de la serpiente es idéntico a la Tiamat babilónica, monstruo del caos que Marduk mata en la historia de la creación y que representaría la necesidad heroica de batirse con el dragón por el que uno puede ser devorado.

Resumiendo, podemos decir que la comprensión del lenguaje de los sueños pasa por conocer una serie de puntos:

- 1) Los sueños se manifiestan mediante la metáfora y la alegoría.
- 2) La situación consciente del soñante y sus asociaciones resultan fundamentales para la interpretación del sueño.
- 3) En los sueños aparecen imágenes, en muchos casos cargadas de una intensa emoción, que no se asocian con motivos personales, y ante las cuales hay que recurrir a la amplificación (relación con temas mitológicos) para ver de qué motivos arquetípicos se trata.

En la valoración de la interpretación analítica, a menudo se cae en el error de considerar que se queda anclada en un simbolismo místico que desdeña las pulsiones básicas del ser humano. Lejos de ello, en el trabajo de integración con la *sombra* asume un papel primordial la dinámica personal que se vincula con la sexualidad y el poder. Y si entramos en el papel que desempeñan arquetipos como el del *anima* y el del *animus*, se aprecia la impronta de lo personal a través de su relación con el complejo materno y el complejo paterno (el primero modelaría el *anima*, el segundo, el *animus*). La misma amplificación hacia motivos mitológicos no deja de ser un complemento, aunque necesario, que reafirma los dramas colectivos del sujeto humano, pero que permite

analizarlos de forma muy personalizada para que el sujeto viva su propia individualidad.

El drama onírico

Para Jung, la mayoría de los sueños poseen una estructura determinada que no se diferencia de la del drama.²⁰ Este hecho permite buscar en las imágenes oníricas un orden que configura un contexto, una trama, unos personajes y un desenlace. Podemos hablar de los siguientes elementos:

- a) Localización: “Estoy en un circuito de fórmula uno”.
- b) Actores: “Hay un corredor de fórmula uno que va a competir en una carrera”.
- c) Intriga: “Empieza la carrera y los coches van adquiriendo mucha velocidad”.
- d) Culminación o peripecia: “Veo que el coche del piloto que he estado observando sufre un accidente muy aparatoso”.
- e) Desenlace: “El piloto accidentado ha muerto”.

He utilizado como ilustración el sueño de un paciente que tendía a ir por la vida como por un circuito de fórmula uno. El “corredor” era un afamado joven que muy tempranamente había conseguido triunfos en su práctica deportiva, y que bien puede representar una *sombra* juvenil del soñante, una persona que continuamente “quería ganar” y, además, a una gran velocidad. El desenlace del sueño lleva a la muerte, cuya traducción simbólica puede representar la necesidad de que “el joven loco” muera para que pueda crecer un sujeto más maduro, menos interesado en las victorias mundanas y más motivado por su desarrollo interior.

A modo de resumen

Tomando como referencia el mapa que nos brinda la psicología analítica, en la interpretación de un sueño hay que considerar los siguientes factores:

- 1) El analista debe tener en cuenta la situación consciente del soñante y las asociaciones que realiza de las diferentes imágenes oníricas.

²⁰ *Ibid.*

- 2) Debe decidir si la dirección de la intervención se dirige hacia un nivel objetivo o subjetivo del material onírico.
- 3) Debe considerar el contexto, acción, personajes y desenlace del sueño.
- 4) Debe relacionar los personajes con los complejos personales (*sombra*) y con las matrices arquetípicas (*anima*, *animus* y *sí-mismo*)
- 5) Debe preguntarse qué está compensando el sueño y qué otras funciones cumple
- 6) Debe utilizar la amplificación mitológica en la medida en que las diferentes partes del sueño lo requieran, a menudo inducido por la falta de asociaciones personales o por la claridad del motivo mitológico.

Todos estos puntos tienen una importancia similar, aunque el orden de desarrollo pueda variar en función de las características del material que se somete a elaboración.

